

خلاصہ پنج کتاب دربارہ

# فرہنگ بدن

مؤلف: فائزہ انیسی نیا

ویراستار: فاطمہ فرہاد

## فهرست

۵	کتاب اول؛ چاقی خوشحال
۲۷	کتاب دوم؛ گرسنگی
۳۸	کتاب سوم؛ سلفی
۵۵	کتاب چهارم؛ افسانه زیبایی
۶۹	کتاب پنجم؛ آینه فریبکار

کتاب اول

---

# چاقِ خوشحال

نویسنده: سوفی هاگن<sup>۱</sup>

آیا تابه‌حال از تعبیر خاصی برای توصیف یک آدم چاق استفاده کرده‌اید؟ مثلاً بگویید فلانی «تپل» یا «توپر» است؟ از این نوع تعبیرها زیاد استفاده می‌شود؛ چون از گفتن کلمه «چاق» وحشت داریم. اما نکته اینجاست: برخی آدم‌ها چاق هستند و این موضوع هیچ اشکالی ندارد.

باور این مسئله سخت است، چون مدت‌هاست که به ما می‌گویند چاق بودن بد و افتضاح است. کم‌دین‌ها با موضوع چاقی جوک می‌سازند و به مسخره می‌گویند او اصلاً جذاب نیست. کم پیش می‌آید که در برنامه‌های تلویزیونی آدم‌های چاق نشان داده شوند، اگر هم این اتفاق بیفتد معمولاً به‌عنوان آدم‌هایی بازنده و خنده‌دار به تصویر کشیده می‌شوند. صنعت رژیم غذایی<sup>۱</sup> ما را موعظه می‌کند که چاقی برای سلامتی مان ضرر دارد و خیلی زود ما را به کام مرگ می‌فرستد.

همه این نظرات منفی در مورد چاقی را می‌توان چاقی‌هراسی<sup>۲</sup> نامید. خودداری از توصیف یک آدم به‌عنوان چاق (وقتی که واقعاً است) در واقع هراس ما را از چاقی نشان می‌دهد. ما به طور ضمنی می‌گوییم چاق بودن آن‌قدر وحشتناک است که حتی نمی‌توانیم در مورد آن صحبت کنیم و اسمش را به زبان بیاوریم.

---

1. The diet industry

2. Fatphobia